

# 健康・福祉

## 一般不妊治療費助成の申請は4月30日(木)まで

平成31年4月1日～令和2年3月31日の治療分(それ以降の治療は、令和2年度の助成対象になります。)  
 ※申請時に医療機関が発行する領収書や診療明細書は、もれなく添付してください。詳しくは、市ホームページ、医療機関等にあるリーフレット等をご覧ください。

※特定不妊治療費助成の申請は、条件が異なるのでご注意ください。

4月30日(木)必着

健康推進課  
 ☎0848-24-1960



## 骨髄・末梢血幹細胞のドナー・事業所へ助成金を支給します

区分	対象	助成金額
ドナー本人	市内在住で、(公財)日本骨髄バンクを通じて骨髄・末梢血幹細胞の提供を完了した人	通院1日につき 5,000円 入院1日につき 20,000円 ※1回あたり 上限105,000円。
事業所	市内在住のドナーを雇用している国内の事業所か、市外在住のドナーを雇用している市内の事業所	ドナーが骨髄・末梢血幹細胞の提供を行うための休業1日につき 10,000円 ※1回あたり 上限90,000円。

市ホームページの申請書類を郵送か健康推進課窓口へ提出  
 ☎☎〒722-0017 門田町22-5 健康推進課 ☎0848-24-1961

## 国保・後期高齢者医療の人間ドック助成(令和2年度)

40歳以上の尾道市国保と後期高齢者医療の被保険者  
 助成券申込期間 4月下旬～10月30日(金)  
 人間ドック受診期間 5月1日(金)～令和3年3月31日(木)  
 ※助成の要件、申請方法などは、広報おのみち4月号でお知らせ予定です。

対象実施機関(\*印は、脳MRI検査のできる機関)

- 松本病院
- 中国労働衛生協会(国保のみ)
- 尾道市立市民病院\*
- JA尾道総合病院\*
- 公立みつぎ総合病院\*
- 村上記念病院\*
- 因島医師会病院\*
- 因島総合病院\*

※医療機関への予約開始日は医療機関によって異なります。

### 後期高齢者医療の助成金額が変わります

令和2年度から、脳MRI検査の有無に関わらず、助成額は一律15,000円となります。

※尾道市国民健康保険加入者は変更はありません。

保険年金課 ☎0848-38-9107

## 健康相談など

### こころの相談

●こころの健康・ひきこもり相談(前日までに申込/☎2人)

☎こころの悩みのある人か家族、または概ね18歳以上のひきこもり状態にある人か家族(治療中の人を除く)

### 総合福祉センター

☎4月14日(火) 13:00～16:00

担当 臨床心理士、心理士

☎☎健康推進課 ☎0848-24-1962

●こころの相談(前日までに申込/☎2人)

### 御調保健福祉センター

☎3月25日(水) 13:30～15:30

☎こころの悩みのある人かその家族(治療中の人を除く)

担当 臨床心理士、保健師

☎☎御調保健福祉センター ☎0848-76-2235

### もの忘れ何でも相談

☎認知症状のある人を介護している家族、認知症に関して不安や悩みを抱えている人

### 御調保健福祉センター

※要申込、個別相談。

☎3月19日(木) 13:30～15:00

☎ニチエー三成店 ※個別相談。

☎3月24日(火) 10:30～11:30

☎☎北部地域包括支援センター ☎0848-76-2495

### 成人健康相談

### 瀬戸田福祉保健センター

☎3月24日(火) 13:30～14:30

☎健診結果説明、健康相談(保健師)、栄養相談(栄養士)、骨密度測定、物忘れチェック

☎☎瀬戸田福祉保健センター ☎0845-27-3849

### 東部保健所での相談(要申込)

●アレルギー疾患相談

☎3月17日(火) 13:30～15:30

☎生活・栄養相談(子どもの相談は母子健康手帳持参)

●精神保健福祉相談(精神科医師による相談)

☎3月18日(水) 13:30～15:30

☎広島県東部建設事務所三原支所

●B型・C型肝炎ウイルス検査

※要予約。

☎3月23日(月) ☎3月17日(火)

●HIV抗体検査と相談

☎3月23日(月)

HIV抗体検査・梅毒検査は匿名で予約可能。

☎☎広島県東部保健所保健課 ☎0848-25-4640

## おのみち幸齢プロジェクト「幸齢者学校」

☎3月19日(木) 14:00～15:30

☎瀬戸田福祉保健センター

第1部「口腔ケアで肺炎予防」

講師 川端勇也さん(かわばた歯科院長)

第2部「薬局ってどんなところ？」

講師 植原康仁さん(なかの薬局薬剤師)

☎瀬戸田福祉保健センター

(☎0845-27-3849)



川端勇也さん

植原康仁さん

## よつば会家族教室

精神障害のある人の家族同士が、悩みや思いを語り合います。

☎3月29日(日) 13:30～15:30

☎市民センターむかいしま

☎精神障害のある人の家族・当事者、精神障害福祉に関心のある人

☎NPO法人尾道こころネットよつば会事務局 ☎0848-37-6600

## 日常生活で困っていませんか？おとなの発達障害の相談窓口

発達障害は、生まれつきの脳の機能の障害といわれています。コミュニケーションが苦手だったり、仕事に集中し続けることができないなど、日常生活で困ることがあるかもしれません。

しかし、周りの人の理解と工夫で、その人の持っている本来の力が生かされるようになるとも言われています。

4月2日は「世界自閉症啓発デー」、4月2～8日は「発達障害啓発週間」です。気になることがあれば、相談窓口をご利用ください。

☎社会福祉課 ☎0848-38-9124

☎因島福祉課 ☎0845-26-6210

☎障害者サポートセンターはな・はな ☎0848-29-5002

☎はな・はな因島・瀬戸田センター ☎0845-24-3632

## まめまめ通信81 3月は自殺対策強化月間です

自殺は、様々な悩みが絡み合って追い込まれた末の死と考えられており、個人の問題だけでなく、社会的な要因もあるといわれています。

市では、「こころの健康相談」をはじめとする個別相談を受け付けています。一人で悩みを抱えきれなくなる前に相談してください。(相談日程は10頁に掲載)

また、3月の自殺対策強化月間に合わせ、「いのちを守るこころの健康ポスター」優秀賞作品を各図書館等に掲示するほか(日程は市ホームページに掲載)、おのみちバスの車内に右のポスターを掲示しています(3月下旬まで)。この機会に命の大切さについて考えてみましょう。

☎健康推進課 ☎0848-24-1962



## こんにちは市民病院で10

## 快適な生活を過ごせるように心臓リハビリテーションを行っています

市民病院では、心不全や心筋梗塞などの心臓疾患のある人を対象に、心臓リハビリテーション(心臓リハビリ)を行っています。

心臓リハビリとは、心臓疾患を持っている患者さんに、心身ともに快適な生活を長く続けていただくために提供する包括的リハビリテーションのことで、具体的には、医師・看護師・理学療法士などの専門職で構成されたチームが、運動療法、食事療法、薬物療法、ストレス管理、禁煙などの治療を、入院早期から患者さんに提供しています。

運動療法では、自転車運動など

の有酸素運動や筋力トレーニングを患者さんそれぞれの状態に合わせて行うことで、体力増進や運動機能の向上を目指しています。

また、運動療法と併せて「心臓病教室」も開催しています。退院後、食事や薬の内服などの生活管理を患者さん自身やご家族でしていかなければなりません。そのため、自宅での生活に不安を感じる患者さんやご家族のために、各専門職が



それぞれの専門性を活かし、退院後の生活に関するレクチャーや、個別相談に応じています。

詳しくは、市民病院循環器内科までお問い合わせください。

※病状により心臓リハビリの対象にならない場合もあります。

☎尾道市立市民病院循環器内科 ☎0848-47-1155(代)

■料金や申込方法の記載のないものは無料または申込不要です。☎日時・期間 ☎場所 ☎対象 ☎内容 ☎定員 ☎料金 ☎アクセス ☎持ち物 ☎備考 ☎お問い合わせ ☎電話 ☎FAX ☎電子メール ☎ホームページ